

COMPTE RENDU de la conférence de Michèle FORESTIER sur Le Développement moteur de l'enfant

bibliographie : « En marche pour la vie » (2006)
« De la naissance aux premiers pas » (2011)

« *Qui n'a jamais croisé un bébé à la tête légèrement déformé sur l'arrière ou le côté ?
Qui n'a jamais vu un bébé marcher sur les fesses ?
Qui n'a jamais rencontré un bébé assis mais qui ne bougeait pas ?
Qui n'a pas croisé un bébé qui ne marche pas encore mais à qui on tient la main.
Qui n'a pas connu un bébé qui n'aimait pas le plat ventre ?* »

Lorsqu'on pose un bébé en position assise on ne favorise pas sa position 4 pattes.

Un bébé de 8 mois qui ne tient pas assis n'a rien d'alarmant dans le cas où il roule, et se **déplace**.

Un bébé de 3 mois qui ne tient pas sa tête sur le ventre peut souffrir d'hypotonie. Dans ce cas, il est important de le mettre le plus souvent à plat et de le laisser explorer l'espace (rouler, sur le dos, le ventre, le côté...)

Les différentes étapes de la motricité :

- 1/A plat
- 2/Sur le Ventre
- 3/Le 4 Pattes
- 4/A genoux
- 5/La Marche

Il ne faut surtout pas vouloir agir dans la précipitation !!!

Il n'est pas nécessaire d'apprendre à un bébé à marcher. L'âge de la marche est variable de 9 à 22 mois.

Référence à Emmi PIKLER (Motricité Libre)

Les Facteurs de Possibilités motrices sont :

- 1/La maturation cérébrale (18 premiers mois)
- 2/ Les aptitudes personnelles de l'enfant,
- 3/Les expériences motrices (entraînement, répétitions...)

Il faut que l'enfant passe par différentes étapes. La position de repos (horizontale) est la « fondation ».

Il y a différentes étapes :

LA DECOUVERTE DU CORP

L'étape sur le « Dos »

A cette période, le bébé a des mouvements saccadés, involontaires, peu maîtrisés. Il découvre ses mains. Car connaître ses mains, c'est comprendre qu'elles peuvent s'éloigner, se rapprocher et qu'elles appartiennent à son corps. Et également qu'elles peuvent lui servir. Il expérimente le rassemblement. Il rapproche ses mains l'une de l'autre. Les pieds également s'enroulent. Ce qui crée une sensation dans le dos.. Le bébé touche ses pieds et prend conscience qu'il en a. Plus tard il prendra appui sur ses pieds donc c'est important.

Important que l'enfant face la découverte de son corps. Expérimente ses possibilités.

L'étape sur le « Côté »

Pour que l'enfant puisse rouler sur le côté il faut qu'il soit capable de rassembler ses mains. On peut le laisser s'y mettre de lui-même ou lui proposer lorsque trop petit.

Il est conseillé de faire rouler le bébé sur le côté pour le prendre dans les bras plutôt que les mains dans le dos.

La position sur le « ventre »

Il faut lui faire découvrir cette position car les muscles de son cou vont pouvoir se développer. On peut lui donner cette position dès la naissance. C'est très bien pour le regard horizontal (on voit loin devant) la capacité d'orientation ainsi que pour aller vers ou voir un jeu. La position à plat ventre prépare vraiment le bébé à être assis plus tard dans de bonnes conditions.

LA DECOUVERTE DE L'ESPACE

Les retournements

Cette étape correspond aux **retournements**, aux déplacements en roulés boulés. Elle permet de choisir si l'on veut être sur le dos ou le ventre. D'enrouler la tête, expérimenter la torsion du corps, travailler les muscles et les articulations, acquérir des sensations tactiles, ainsi que l'équilibre.

Le ramper

L'enfant recule au départ puis avance.

Le Pivot (Toupie)

Il permet la traction sur les avants bras.

Les déplacements

Ils permettent à l'enfant d'aller vers ce qu'il voit et de travailler les épaules et les bras.

Le 4 pattes

Les hanches et les genoux sont en flexion.

Renforcer les muscles du cou et du dos.

Travailler les bras tendus.

Se protéger en cas de chute.

Équilibre

Alternance des appuis.

Coordination gauche droite/Arrière avant.

Assis

Bébé s'installe à 4 pattes. Pose une fesse puis 2 et laisse ses mains vers l'avant (éviter de mettre des coussins derrière l'enfant pour l'asseoir. Si il ne se met pas en position seul, ne pas le positionner assis car c'est trop tôt pour lui.

A genoux

L'enfant décolle ses fesses. Il travaille ses hanches et la dissociation de la ceinture.

Debout

L'enfant pousse sur ses jambes, sent les appuis. L'appui des mains est important. Il donne ainsi une impulsion et revient au sol en fléchissant les hanches et les genoux.

Escalader

La meilleure façon d'apprendre à marcher est d'escalader. Il faut bien s'assurer être là pour protéger l'enfant.

Passer par dessus quelque chose

Monter et descendre des escaliers

Grimper, descendre, Enjamber

Monter contre le mur, se déplacer le long du mur.

Se déplacer vers l'avant avec un objet qui glisse au sol (tabouret, chaise...)

Se relever appuis debout

C'est le bébé qui sent à quel moment il peut se lâcher. Il ne faut pas influencer son geste en l'incitant à venir vers soi...

LES BON GESTES A ADOPTER

Bienveillance, portage, massage, laisser à l'enfant la liberté d'expérimenter, être présent en observant, en parlant, en encourageant et en assurant mais sans influencer la mobilité de l'enfant.

Lorsqu'on prend un enfant qui tient sa tête (3 mois environ) Il faut le faire rouler sur le côté et on le retourne dos contre nous. On enroule bien le bébé (regroupement des membres) et on évite le portage à une main.

Lorsque bébé ne tient pas sa tête, bien mettre ses mains en dessous pour le porter.

Il faut mettre régulièrement bébé à plat ventre les bras en avant lorsqu'il est éveillé. Son réflexe de survie fera qu'il mettra de lui même sa tête de côté. Lors du change essayez de mettre bébé sur le dos. Vous pouvez le retourner pour fermer ses pressions ou pour le plaisir. Le change est un moment de partage avec l'enfant. Vous pouvez en profiter pour le faire jouer avec ses pieds, ses hanches... On l'aidera ainsi à faire connaissance avec ses pieds (;

Favoriser les positions horizontales : alterner nacelle, parc, tapis. A partir de 2 mois environ, on peut mettre bébé à plat dos dans le bain « le bain libre » avec un petit fond d'eau (sous les oreilles) sans craintes, à condition d'assurer toujours une surveillance à côté, il n'y a aucun danger.

Ne pas toujours mettre bébé en transat (éviter au maximum le transat)

Un bébé de 4 mois doit avoir bougé en dormant. Si ce n'est pas le cas (dort en étoile de mer) il faut s'alerter.

Pour la prise du biberon, il est judicieux d'essayer d'alterner le bras et de rassembler au maximum le bébé (en bulle) Lors de la diversification, on peut laisser bébé dans le transat puis lorsqu'il tient en position assise, le mettre dans une chaise haute avec un appui à l'avant.

Si vous utilisez un portique (bien que pas forcément indispensable car l'enfant joue plutôt avec les mouvements de son corps, il découvre plutôt ses membres...) mettez le plutôt au niveau du thorax et pas au dessus de ses yeux pour éviter que bébé ne prenne une mauvaise position de la tête.

Lorsque bébé se déplace, éviter le parc. En le laissant explorer vous favoriserez son autonomie et il se mettra de ce fait moins en danger en grandissant.

Évitez de mettre trop de jouets dans le parc pour ne pas créer d'obstacles aux déplacements du bébé.

Pour éviter la plagiocéphalie (aplatissement du crane) favoriser les plats ventres lorsque bébé est éveillé.

Évitez les « Youpals » qui font prendre une très mauvaise position aux bébés et l'empêche de se déplacer librement.

Favoriser des vêtements confortables. Les chaussures ne sont pas nécessaires avant la marche et uniquement en extérieur car le pied se renforce lorsqu'il est pied nu. La voûte plantaire forme. Les chaussures peuvent entraver les mouvements.

Éviter de placer bébé devant un écran car celui ci ne peut pas déplacer le regard de l'écran.

Éviter des séjours prolongés dans le transat.

Ne pas poser le bébé qui ne marche pas sur les pieds. Et ne pas tirer bébé par les bras pour le relever.

Éviter de faire marcher bébé. Il apprendra de lui même en se déplaçant. Il ne faut pas le prendre par les mains (bras en l'air)

INTERETS D'UN BON DEVELOPPEMENT MOTEUR

Le Portage, les Massages, les Bébés nageurs, et l'Ostéopathie sont bénéfiques à l'enfant.

Un enfant qui développe bien sa motricité gagnera en autonomie, en sécurité, en estime de soi. Il aura une relation meilleure avec les adultes car il laissera plus de temps aux parents qui ont beaucoup de choses à faire et ceux ci sont plus disponibles lorsque l'enfant en aura besoin. L'enfant acceptera plus facilement de rester seul car plus secur. Il travaillera son système cardio respiratoire si l'on favorise sa mobilité.

Quand l'enfant ne peut pas bien développer favorablement sa motricité, il peut avoir à long terme des problèmes de dos, de coordination, d'orientation dans l'espace, des troubles de l'apprentissage et du comportement.